

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, maka terdapat pengaruh yang signifikan dari pendekatan PAIKEM dan pola gerak dominan terhadap hasil belajar keterampilan senam lantai siswa kelas VIII di SMP Negeri 40 Bandung.

5.2 Saran dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah didapat ada beberapa hal yang ingin disampaikan oleh penulis berkaitan dengan hal yang dialami dan didapat setelah melakukan serangkaian penelitian. Adapun beberapa masukan sebagai berikut:

1. Bagi seluruh guru, khususnya guru PJOK ataupun pembaca pada umumnya agar mencoba menerapkan pendekatan PAIKEM dan pola gerak dominan, karena dengan menerapkan pendekatan PAIKEM dan pola gerak dominan di sekolah siswa dapat merasa senang, aktif, kreatif, dan lebih mudah melakukan keterampilan senam yang baik.
2. Bagi lembaga sekolah, diharapkan dapat memberi dukungan terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan menyediakan sarana dan prasarana yang cukup agar terlaksananya proses pembelajaran dengan baik.
3. Bagi rekan mahasiswa, yang akan mengadakan penelitian mengenai pengaruh pendekatan PAIKEM dan pola gerak dominan di sekolah, penulis menyarankan diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dan mengembangkan khususnya penelitian eksperimen mengenai pengaruh pendekatan pembelajaran dalam cakupan yang lebih luas, karena masih terdapat kekurangan dalam penelitian ini.